

Demensvenlig aftenskole

Gør jeres aftenskole mere
demensvenlig

Sådan gør I aftenskolen mere demensvenlig

Giv underviserne viden om demens og demensvenlighed

Sørg for, at alle relevante personer i din skole kender demenssymbolet og ved, at mennesker med demens kan have brug for lidt ekstra hjælp og tålmodighed. At kunne få personlig hjælp og støtte kan gøre en stor forskel for mennesker med demens.



Tip: bestil et kursus: I DOF kan I bestille et kursus, så I kan blive godt klædt på til opgaven.

Klæd alle deltagere på med viden og inspiration

Hæng for eksempel plakater op med demenssymbolet og de tre handleråd ved indgangen og på toiletterne.

Se på de fysiske rammer

Overvej, om der kan skiltes tydeligere, eller om lyssætningen kan forbedres, så det bliver nemmere at finde ind i hallen, salen, garderoben eller toiletlet.

Se på indholdet af jeres tilbud

Kan jeres undervisning, foredrag og andre aktiviteter evt. justeres, så det for eksempel er roligere, langsommere, mere sanseligt, mere konkret eller med færre deltagere?

Kommunikér tydeligt, at mennesker med demens er velkomne

Det kan være på hjemmesiden, eller I kan sætte klistermærket "Her kender vi demenssymbolet" på indgangsdøren eller andre oplagte steder. Plakater og klistermærker kan bestilles gratis på www.demensvenligt.dk.

Næsten 100.000 danskere lever med demens, og tallet er stigende.

Især i begyndelsen men også senere i sygdommen kan en person med demens mange af de ting, han eller hun før har kunnet. Mange har et stort ønske om at fortsætte det liv, de hidtil har haft, og blive ved med at dyrke deres hobby. Alligevel trækker 83 procent sig fra sociale aktiviteter og fritidsliv, efter de har fået diagnosen. Derfor fører demens alt for ofte til ensomhed og isolation

I DOF arbejder vi for "Aftenskole for alle". I de stærke fællesskaber i aftenskolerne i DOF er der plads til mange flere - også deltagere med en demenssygdom.



Pårørende og ledsagere

Ledsagere kan være hjælpere eller pårørende, der har en støttefunktion, og det kan være af stor betydning for deltageren med demens, hvis de kan have en ledsager med.

I DOF-skolerne er der tradition for at man gerne må have en ledsager med til støtte, men der er også mulighed for

at lave aktiviteter, der både inkluderer deltageren med demens og den pårørende.

På hjemmesiden ledsagekort.dk kan I gøre det synligt for alle, at ledsagere er en mulighed i jeres aftenskole.

Samarbejde

For at sikre demensvenlige aktiviteter i jeres lokalområde, kan det være en god ide at samarbejde med andre om opgaven. I kan for eksempel kontakte:

- demenskoordinatoren eller demensteamet i jeres kommune
- den lokale afdeling af Alzheimerforeningen

- den lokale afdeling af Ældre Sagen
- biblioteket
- biografen
- kirken
- lokale museer m.fl.

Har I brug for hjælp til at komme i gang, er I velkomne til at kontakte os i sekretariatet.



Når du ser symbolet for demens

Disse tre handleråd er en del af indsatsen omkring demenssymbolet, og er en håndsækning til os alle:

Tag kontakt

Smil og vær imødekommende

Tal tydeligt

Stil ét spørgsmål ad gangen

Vær tålmodig

Sæt tempoet lidt ned, og hjælp gerne på vej

